

**HUBUNGAN ANTARA *SELF ESTEEM* DAN HARAPAN
DENGAN RESILIENSI REMAJA SMA DI MASA PANDEMI
COVID-19**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I
Pada Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi**

Oleh:

YUDHA PRAMUDITA WAHYUNING SAWYYO

F 100 170 111

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA *SELF ESTEEM* DAN HARAPAN DENGAN
RESILIENSI REMAJA SMA DI MASA PANDEMI COVID-19**

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh:

YUDHA PRAMUDITA WAHYUNING SAWYYO

F 100 170 111

Telah disetujui untuk dipertahankan

didepan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh :

Pembimbing



Dr.UsmiKaryani.S.Psi.M.Si

NIK.NIDN: 659/0631056702

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA *SELF ESTEEM* DAN HARAPAN DENGAN
RESILIENSI REMAJA SMA DI MASA PANDEMI COVID-19**

oleh :

YUDHA PRAMUDITA WAHYUNING SAWYYO

F 100 170 111

**Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada tanggal 16 Agustus 2021
dan dinyatakan telah memenuhi syarat**

Dr. Usmi Karyani, S.Psi, M.Si
(Ketua Dewan Penguji)



Dra. Partini, M.Si
(Anggota I Dewan Penguji)



Rini Lestari, S.Psi., M.Si., Psikolog
(Anggota II Dewan Penguji)



Surakarta, 16 Agustus 2021

Universitas Muhammadiyah Surakarta
Fakultas Psikologi
Dekan,



Prof. Taufik, S.Psi., M.Si., Ph. D
NIK.NIDN: 799/0629037401

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya diatas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 28 Juli 2021

Penulis



YUDHA PRAMUDITA WAHYUNING SAWYYO

F 100 170 111

HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DAN HARAPAN DENGAN RESILIENSI REMAJA SMA DI MASA PANDEMI COVID-19

Abstrak

Pandemi Covid-19 berdampak pada terjadinya masalah kesehatan mental remaja, seperti stress, panik, kecemasan, dan kekhawatiran akan masa depan. Salah satu faktor penyebab terjadinya masalah kesehatan mental adalah rendahnya resiliensi. Secara teoritis tinggi rendahnya resiliensi dipengaruhi oleh harga diri dan harapan. Tujuan penelitian ini untuk menguji hubungan antara harga diri dan harapan dengan resiliensi pada remaja SMA dimasa pandemi Covid-19. Penelitian dilakukan pada 69 remaja SMA di Boyolali (L: 24; P: 45). Alat ukur yang digunakan adalah skala *self esteem* Rosenberg, skala harapan Snyder, dan skala resiliensi Revich & Shatte. Data dianalisis secara statistik dengan teknik regresi berganda. Hasil analisis ketiga variabel diperoleh F_{hitung} (F) = 27, 267 dengan sig p = 0.000 ($p < 0,05$). Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara variabel harga diri, harapan dengan resiliensi. Selain itu korelasi variabel harga diri dengan resiliensi diperoleh nilai r_{xy} = 0,470 dengan sig p = 0.000 ($p < 0,05$), yang berarti ada hubungan positif dan signifikan antara harga diri dengan resiliensi, semakin tinggi harga diri maka semakin tinggi resiliensi remaja SMA. Korelasi antara variabel harapan dengan resiliensi diperoleh nilai koefisien r_{xy} = 0,669 dengan sig, p = 0.000 ($p < 0,05$) yang berarti adanya hubungan positif dan signifikan antara harapan dengan resiliensi, yang berarti semakin tinggi harapan remaja maka semakin tinggi tingkat resiliensi yang dimiliki. Sumbangan efektif variabel harga diri terhadap resiliensi memiliki R^2 sebesar 4,4%. Sedangkan untuk variabel harapan terhadap resiliensi memiliki nilai R^2 sebesar 40,9%. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa upaya peningkatan resiliensi remaja SMA dapat dilakukan dengan mengembangkan program/kegiatan yang difokuskan pada meningkatkan harapan.

Kata kunci : covid-19, harapan, harga diri, remaja, resiliensi.

Abstract

The Covid-19 pandemic has an impact on the occurrence of adolescent mental health problems, such as stress, panic, anxiety, and worries about the future. One of the factors that cause mental health problems is low resilience. Theoretically, the level of resilience is influenced by self-esteem and hope. The purpose of this study was to examine the relationship between self-esteem and hope with resilience in high school adolescents during the Covid-19 pandemic. The study was conducted on 69 high school adolescents in Boyolali (M: 24; F: 45). The measuring instrument used is the Rosenberg self-esteem scale, the Snyder hope scale, and the Revich & Shatte resilience scale. Data were analyzed statistically with multiple regression technique. The results of the analysis of the three variables obtained F_{count} (F) = 27, 267 with sig p = 0.000 ($p < 0.05$). It can be

concluded that there is a significant relationship between the variables of self-esteem, hope and resilience. In addition, the correlation between self-esteem and resilience is obtained by value $r_{xy} = 0.470$ with sig $p = 0.000$ ($p < 0.05$), which means that there is a positive and significant relationship between self-esteem and resilience, the higher self-esteem, the higher the resilience of adolescents senior high school. The correlation between the hope variable and resilience is obtained by the coefficient value $r_{xy} = 0.669$ with sig, $p = 0.000$ ($p < 0.05$) which means that there is a positive and significant relationship between hope and resilience, which means the higher the adolescent's hope, the higher the level of resilience which are owned. The effective contribution of the self-esteem variable to resilience has an R^2 of 4.4%. Meanwhile, the hope variable for resilience has an R^2 value of 40.9%. The results of this study indicate that efforts to increase the resilience of high school youth can be done by developing programs/activities that are focused on increasing hope.

Keywords: adolescents, covid-19, hope, resilience, and self esteem.

1.PENDAHULUAN

Pandemi covid-19 yang melanda sejumlah negara tak terkecuali Indonesia memberikan sejumlah dampak baik dari segi ekonomi, sosial, politik, pendidikan maupun kondisi psikologis siswa. Pemerintah Indonesia pada awal bulan maret 2020 mengambil kebijakan dimana semua institusi pendidikan baik Perguruan Tinggi, SMA, SMP, SD, dan TK mengganti sistem pembelajaran menjadi daring. Hal ini dilakukan guna menghentikan penyebaran Covid-19 di Indonesia. Akibatnya, setiap individu dituntut untuk bisa bertahan dan bangkit kembali dari situasi seperti saat ini. Covid-19 memberikan dampak tersendiri bagi remaja hal ini dikarenakan remaja banyak melakukan aktivitas diluar rumah seperti sekolah, bermain, dan sekarang mereka hanya bisa beraktivitas di ruang *virtual* (Sari et al., 2019). *Coronavirus* merupakan jenis virus baru yang memiliki kecepatan tinggi untuk menginfeksi seseorang. *Coronavirus* awal kali ditemui di Kota Wuhan, Tiongkok, Cina tepatnya bulan Desember 2019. Adapun gejala yang dapat dirasakan oleh orang yang menderita Covid-19 yaitu demam, batuk, flu, sesak nafas, kehilangan bau atau rasa, dan bahkan pada kasus-kasus tertentu, infeksi virus ini bisa mengakibatkan kesulitan bernafas dan radang paru-paru (WHO, 2020).

Kedatangan wabah covid-19 memberikan perubahan dalam dunia pendidikan. Sekolah maupun perguruan tinggi mulai mengganti sistem pembelajaran menjadi daring. Hal ini membuat anak dan remaja memerlukan waktu untuk beradaptasi dengan situasi yang ada dimana selama ini mereka selalu bertemu tatap muka dan berinteraksi dengan lebih leluasa, namun dengan adanya kebijakan pembelajaran di rumah membuat ruang gerak mereka menjadi terbatas. Bukan hanya itu tidak semua pelajar, siswa, dan mahasiswa terbiasa belajar melalui daring, di Indonesia sendiri masih banyak keluarga yang belum mengerti dengan tata cara pembelajaran di rumah, hal ini dikarenakan orangtua biasanya sibuk bekerja dan sekarang mereka harus mendampingi anak untuk belajar di rumah. Dalam pelaksanaan pembelajaran daring remaja mengalami beberapa kesulitan, diantaranya kurangnya penguasaan teknologi, kurangnya fasilitas yang memadai seperti sinyal yang dapat menghambat proses belajar siswa, adanya tambahan biaya internet, sulitnya memahami pelajaran, dan berkurangnya interaksi sosial baik dengan teman, guru ataupun lingkungan sekitar (Purwanto et al., 2020).

Perubahan proses pembelajaran yang dialami remaja SMA selama pandemi mengakibatkan munculnya masalah kesehatan mental seperti stress, panik, kecemasan, perasaan tertekan, dan ketidakjelasan masa depan. Hal ini membuat remaja harus mampu menyesuaikan diri dan bertahan dengan segala kesulitan yang ada. Dalam situasi seperti ini, resiliensi sangat dibutuhkan remaja agar dapat bertahan dan bangkit kembali dari situasi yang tidak menyenangkan. Berdasarkan catatan KPAI sejak Januari hingga Februari 2021 terdapat kasus anak putus sekolah selama pandemi covid-19 mengalami peningkatan terutama pada anak-anak yang berasal dari keluarga kurang mampu. Terdapat 33 kasus anak putus sekolah dikarenakan menikah yang terjadi di Kabupaten Seluma, Kota Bengkulu, dan Kabupaten Bima. Selain itu, 2 anak di Jakarta dan Cimahi putus sekolah karena bekerja, dan terdapat 34 kasus anak putus sekolah karena menunggak iuran SPP terhutang sejak Maret 2020. Sementara di Kota Cimahi terdapat satu anak putus sekolah karena kecanduan *game online* dan satu anak cuti

sementara untuk menjalani perawatan dan pemulihan ke psikolog (Mashabi, 2021). Hasil survei yang dilakukan UNICEF Indonesia bersama CIMSA Indonesia pada 28 Agustus sampai 4 September 2020 yang dilakukan pada 535 responden dari 30 provinsi mendapatkan hasil sebanyak 38 % siswa takut tak mampu memahami pelajaran, dan 36 % siswa takut pada hasil studinya yang serba tak pasti di masa pandemi covid-19 (Hidayat, 2020).

Hal ini juga didukung dari hasil survei yang dilakukan kepada 85 Siswa SMA di Kabupaten Boyolali selama pembelajaran daring, dimana beberapa siswa mengalami masalah psikologis seperti 55,8% siswa merasa bosan, 51,2% siswa merasa kesepian, 45,3% siswa menyatakan merasa tertekan dengan tugas-tugas sekolah, 38,4% siswa mengalami kecemasan, 30,2% siswa takut dan khawatir dengan masa depan, 48,8% siswa kesulitan berkonsentrasi dan kehilangan fokus pada pelajaran, 33,7% siswa mengalami kesulitan dalam membagi waktu, dan 43% siswa mengalami peningkatan rasa malas dan menurunnya motivasi belajar. Selain itu, berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan salah satu guru BK SMA di Kabupaten Boyolali didapati beberapa siswa yang abai terhadap tugas tugas yang diberikan oleh guru dan juga ada siswa yang tidak aktif atau tidak hadir saat pelajaran daring berlangsung. Hal ini disebabkan karena berbagai faktor mulai dari jaringan internet yang tidak stabil, motivasi belajar yang menurun, kuota internet dan fasilitas pendukung yang kurang memadai, dan banyaknya tugas-tugas sekolah selama pandemi yang mengakibatkan sejumlah siswa mengalami stress dan perasaan tertekan. Hasil penelitian dari Tiongkok menunjukkan bahwa lebih dari sepertiga remaja berusia 12-18 tahun bahkan menunjukan gejala depresi dan kecemasan selama pandemi Covid-19, yang jumlahnya sekitar dua kali lipat dari biasanya (Zhou et al., 2020). Studi lain yang dilakukan di Italia dan Belgia pada remaja usia 18-25 tahun menunjukkan hasil adanya peningkatan sebanyak 5% remaja membutuhkan perawatan kesehatan mental selama pandemi (Marchini et al., 2020). Adapun karakteristik individu yang resilien diantaranya yaitu: (1) Mampu mengatasi stress, (2) Mampu bersikap

realistik serta optimis dalam menghadapi masalah, dan (3) Mampu mengekspresikan pikiran dan perasaan dengan nyaman (Reivich & Shatte, 2002).

Dari berbagai data yang telah dipaparkan terkait kondisi psikologis remaja selama pandemi Covid-19 menunjukkan hasil bahwa resiliensi remaja dimasa pandemi Covid-19 masih tergolong rendah. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya kasus siswa yang mengalami peningkatan stress selama belajar dirumah, adanya penurunan motivasi belajar yang ditunjukkan dari ketidakaktifan dan ketidakhadiran selama proses pembelajaran daring, meningkatnya kasus anak putus sekolah, Selain itu, ada juga beberapa siswa yang abai dengan tugas-tugas yang diberikan oleh guru dan sebagian mengalami penurunan nilai yang diakibatkan karena kurang memahami materi selama pembelajaran daring.

Untuk mengatasi stress, trauma, dan kecemasan akibat pandemi covid-19 dibutuhkan sikap resilien. Setiap individu memiliki resilien secara alami, namun kemampuan tersebut perlu dikembangkan lagi (Pragholapati & Munawaroh, 2020). Remaja yang mampu bangkit kembali dan bisa segera beradaptasi dengan kehidupan pasca mengalami musibah adalah remaja yang memiliki resiliensi (Calista & Garvin, 2018). Remaja yang tidak mampu beradaptasi dengan situasi yang sulit atau memiliki resiliensi yang rendah dapat menyebabkan munculnya perilaku maladaptif yang dapat mengancam diri sendiri dan orang lain (Ambarwati & Pihasniwati, 2017).

Menurut Reivich dan Shatte (2002) Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk dapat beradaptasi dan mengatasi kesulitan yang dialami, serta kemampuan individu untuk dapat bertahan dalam situasi sulit sekalipun. Resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk bisa menghadapi, mengatasi, mempelajari, dan beradaptasi terhadap berbagai tantangan yang ada dalam kehidupan (Grotberg, 1995). Resiliensi diperlukan oleh remaja karena resiliensi menjadi kekuatan dasar individu untuk menghadapi dan mengatasi kesulitan. Dengan adanya resiliensi remaja dapat mengatasi trauma yang pernah dialami (Grotberg, 1995).

Menurut Reivich dan Shatte (2002) resiliensi mencakup beberapa aspek diantaranya : a. *Emotion Regulation* yaitu keahlian yang dimiliki individu dalam mengendalikan emosi dan tetap tenang meski disituasi menekan. b. *Impulse control* berhubungan dengan keahlian individu dalam mengatur kemauan, dorongan , dan tekanan yang timbul dari dalam diri seseorang. c. *Optimism* cara pandang individu untuk mempercayai bahwa suatu hal memiliki harapan yang lebih baik. d. *Causal Analysis* berhubungan dengan keahlian yang dimiliki individu dalam mengidentifikasi suatu penyebab permasalahan secara akurat. e. *Empathy* keahlian individu dalam memahami situasi dari perspektif orang lain. f. Selain itu, ada *self -efficacy* yaitu keyakinan yang dimiliki individu berkaitan dengan kemampuan dalam memilih dan memutuskan sesuatu hal, serta memiliki tanggung jawab terhadap pilihannya. g. *Reaching out* merupakan keahlian individu untuk mencapai sisi positif dalam hidup serta bagaimana individu memaknai tujuan dari kehidupannya.

Menurut Grotberg (1995) resiliensi memiliki faktor internal dan faktor eksternal yang berpengaruh. Faktor eksternal dapat berupa dukungan yang diberikan orang lain untuk individu tersebut dalam hal ini disebut dengan *I Have*. *I have* meliputi hubungan *interpersonal* antara individu dengan lingkungan sekitar, adanya struktur dan aturan dirumah yang jelas, ada *role model* yang bisa dijadikan panutan oleh individu, dorongan untuk menjadi otonom, dan memiliki akses layanan kesehatan, pendidikan, kesejahteraan, serta keamanan secara mandiri. Sedangkan faktor internal meliputi dua bagian yaitu keahlian yang dimiliki individu dapat berupa perasaan, sikap, dan keyakinan didalam diri yang disebut *I am* serta keterampilan sosial dan interpersonal individu yang disebut *I Can*. Melalui interaksi dengan orang lain, individu dapat mempelajari keterampilan ini.

Menurut Grotberg (1995) salah satu faktor internal (*I am*) dalam diri individu yang berpengaruh terhadap resiliensi ialah *self esteem*. *Self esteem* menjadi salah satu faktor penting yang mempunyai pengaruh terhadap resiliensi individu, hal ini dikarenakan individu yang *self esteemnya* positif akan

mempunyai kepercayaan diri untuk mengatasi kesulitan serta kegagalan dengan baik (Kurniawan et al., 2017). Rosenberg mendefinisikan *self esteem* sebagai evaluasi diri seseorang terhadap kualitas dan keberhargaan diri sebagai manusia (Rosenberg, 1965). Individu merasa bahwa dirinya merupakan manusia yang berharga. *Self esteem* merupakan penilaian keseluruhan dari individu baik itu yang bersifat positif maupun negative (Minev et al., 2018).

Rosenberg (1965) mengungkapkan bahwa *self esteem* memiliki 3 aspek diantaranya : a. *Physical Self Esteem* berkaitan dengan kondisi fisik yang ada pada diri individu. Individu merasa bangga dengan kondisi fisiknya atau ingin merubahnya. b. *Social Self Esteem* berhubungan dengan keterampilan individu dalam membangun hubungan *interpersonal* atau cara bersosialisasi dengan orang lain serta bagaimana individu tersebut membangun komunikasi positif dengan individu lain di lingkungannya. Dalam hal ini apakah individu memilih-milih teman dalam pergaulan atau tidak. c. *Performance Self Esteem* berkaitan dengan keahlian dan pencapaian yang dimiliki individu. Dalam hal ini individu merasa bangga dan percaya diri dengan keahlian yang dimiliki atau sebaliknya.

Menurut Rosenberg (1965) *self esteem* dipengaruhi oleh dua faktor yaitu: a. *Reflected appraisal* (Pujian dari orang lain). Komponen pujian dapat menjelaskan perasaan orang terhadap diri mereka yang disebabkan oleh pemikiran orang lain dalam memandang dirinya. Maka dari itu *self esteem* dianggap sebagai hasil dari interaksi sosial. b. *Social comparison* (Perbandingan sosial). Perbandingan sosial menyatakan jika pemikiran orang lain terhadap diri sendiri tidak ada, orang akan menilai diri mereka berdasarkan perbandingan dengan orang lain.

Faktor lain (*I am*) yang mempengaruhi resiliensi menurut Grotberg (1995) adalah Harapan. Snyder (2002) mengungkapkan bahwa harapan adalah sekumpulan kognitif yang didasarkan pada hubungan timbal-balik antara *agency* (penentu perilaku yang berorientasi tujuan) dan *pathway* (rencana untuk mencapai tujuan). Snyder berpendapat bahwa *willpower* dan *waypower* yang ada pada diri

individu dapat memberikan pengaruh terhadap tingkat harapan individu itu sendiri (Snyder & Lopez, 2002). Seseorang yang mempunyai tingkat harapan yang rendah biasanya dicirikan dengan keyakinan ketidakmampuan pada dirinya serta dipenuhi dengan emosi negatif. Sebaliknya, seseorang yang mempunyai tingkat harapan yang tinggi dapat dicirikan sebagai individu yang mempunyai tujuan yang jelas, optimis, dan memiliki ide-ide baru dalam rangka meraih tujuan (Cathlin et al., 2019).

Menurut Snyder (2002), terdapat 3 aspek dalam harapan diantaranya: a. *Goal* didefinisikan sebagai sasaran atau titik akhir dari proses mental yang mana dapat memunculkan komponen kognitif. Tujuan atau *Goal* hendaknya dapat tercapai namun ada pula yang tidak pasti. b. *Pathway thinking* didefinisikan sebagai proses individu dalam menggapai tujuannya dengan melihat keahlian dan kelebihan yang dimiliki. c. *Agency thinking* didefinisikan sebagai kapasitas yang dimiliki individu untuk menggapai tujuan yang digambarkan melalui keyakinan pada diri individu bahwa ia bisa mencapai tujuannya dan mampu bertahan saat menghadapi berbagai rintangan dalam proses mencapai tujuan tersebut.

Weil berpendapat bahwa harapan yang dimiliki individu dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya : a) Dukungan sosial. Dukungan sosial menjadi sumber harapan bagi individu hal ini dikarenakan dukungan atau *support* yang diberikan oleh pihak keluarga ataupun teman dilingkungan sekitar dapat memberikan kekuatan tersendiri bagi individu. b) Kepercayaan religius. Kepercayaan atau keyakinan seseorang dapat menyadarkan individu bahwa terdapat takdir yang telah ditetapkan sebelumnya terhadap hal-hal yang terjadi pada individu saat ini. Spiritual menjadi konsep yang luas dan berfokus pada tujuan dan arti hidup serta hubungan antara individu dengan Tuhan, individu dengan orang lain, ataupun individu dengan alam, kepercayaan religius dan spiritual ini diidentifikasi sebagai sumber utama dari harapan. c) Kontrol diri. Kontrol diri menjadi salah satu bagian dari konsep harapan, dimana individu diupayakan untuk menumbuhkan harapan dalam dirinya dengan cara senantiasa

mencari data, memastikan keberuntungan, dan menumbuhkan sikap (Rofingah et al., 2016).

Masa pandemi covid-19 belum diketahui kapan akan berakhir. Adanya tekanan yang muncul dari berbagai pihak menjadikan remaja harus memiliki sistem pertahanan diri yang kuat untuk bisa *survive* dari situasi pandemi ini. Untuk itu resiliensi remaja harus dapat ditingkatkan agar remaja tetap memiliki semangat dan rasa optimisme dalam menghadapi situasi ini, remaja juga harus bersikap tenang, dapat mengontrol emosi, dan mengatasi permasalahan dengan cermat dan akurat. Tinggi rendahnya tingkat resiliensi seseorang berada didalam kontrol individu itu sendiri. Setiap individu mampu mengajarkan diri sendiri untuk mampu menjadi resilien, dan secara langsung memberikan pengaruh pada individu dalam meningkatkan kemampuannya untuk dapat *survive* dalam situasi sulit sekalipun.

Dalam hal ini *self esteem* dan harapan dapat memberikan pengaruh terhadap tingkat resiliensi remaja SMA di masa pandemi covid-19. Hal ini dikarenakan siswa yang memiliki *self esteem* rendah kurang memiliki kemauan untuk memperbaiki emosi negatif dan memiliki regulasi diri yang buruk. Sedangkan siswa yang memiliki *self esteem* tinggi cenderung memiliki penerimaan diri yang positif dan mau menerima kegagalan dengan cara memperbaiki diri sehingga hal ini dapat membantu siswa dalam beradaptasi dan mengatasi keterpurukan dalam situasi pandemi seperti ini. Selain *self esteem*, harapan menjadi salah satu sumber dari resiliensi. Siswa yang mengalami stress dan tekanan selama pandemi akan selalu berusaha untuk mereduksi stress yang dialaminya dengan memiliki harapan yang tinggi dalam dirinya. Siswa akan memunculkan emosi positif seperti rasa optimis untuk bisa memecahkan masalah yang dihadapi serta memiliki keyakinan dapat menggapai cita-cita dan impiannya meski dalam situasi pandemi. Harapan memberikan kekuatan tersendiri bagi siswa untuk bisa bertahan menghadapi berbagai macam tekanan yang bersumber dari eksternal maupun internal. Dari uraian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa

self esteem dan harapan merupakan faktor-faktor yang dapat berpengaruh terhadap tinggi rendahnya resiliensi pada remaja SMA di Masa Pandemi Covid-19.

Hal ini dibuktikan dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kurniawan, Neviyarni dan Solfema (2017) terhadap 87 remaja yang tinggal di panti asuhan dengan usia 13-18 tahun menunjukkan adanya hubungan positif serta signifikan antara *self esteem* dengan resiliensi remaja yang tinggal di panti asuhan. Hal serupa juga di kemukakan oleh Nofryani, Novianti dan Chairlsyah (2019) yang melakukan penelitian pada 32 orang anak usia 2-6 tahun bahwa ada korelasi positif dan signifikan antara *self esteem* dengan resiliensi. *Self esteem* mempunyai kontribusi langsung pada stress siswa. Siswa yang memiliki cara pandang positif cenderung memiliki strategi coping yang efektif dalam menghadapi stress. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian dari Dumont dan Provost yang menyatakan bahwa siswa yang mempunyai *self esteem* tinggi cenderung mempunyai resiliensi yang tinggi dan strategi *coping* yang baik (Aza et al., 2019). Faktor lain yang mempengaruhi resiliensi adalah harapan dari individu. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Cathlin, Anggreany, dan Dewi (2019) menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara harapan dengan resiliensi wanita dewasa muda yang pernah mengalami abortus spontan. Penelitian lain yang dilakukan oleh Rizkina (2018) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan harapan terhadap resiliensi anak didik kelas II A Salemba.

Berdasarkan latar belakang masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu Apakah Terdapat Hubungan Antara *Self Esteem* dan Harapan Dengan Resiliensi Remaja SMA di Masa Pandemi Covid-19. Dalam situasi pandemi Covid-19 saat ini seorang remaja SMA dituntut untuk memiliki kemampuan resiliensi yang baik agar bisa bertahan dan beradaptasi dengan situasi yang ada dan diharapkan remaja dapat bangkit kembali dari situasi yang sulit. Namun demikian faktanya banyak remaja SMA yang mengalami stress, kecemasan, dan khawatir dengan masa depan. Dari penelitian sebelumnya diketahui ada korelasi yang signifikan antara *self esteem* dengan resiliensi dan

hubungan antara harapan dengan resiliensi. Namun demikian hubungan ketiga variabel ini belum diteliti pada populasi remaja SMA dimasa pandemi COVID-19. Maka dari itu penelitian ini akan menguji hubungan antara *self esteem* dan harapan dengan resiliensi remaja SMA dimasa Pandemi Covid-19.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Antara *Self Esteem* dan Harapan Dengan Resiliensi Remaja SMA di Masa Pandemi Covid-19. Berdasarkan tinjauan pustaka dan telaah teoritik mengenai Resiliensi, *Self Esteem* dan Harapan, maka hipotesis yang akan diajukan dalam penelitian ini yaitu hipotesis mayor dan hipotesis minor. Hipotesis mayor dalam penelitian ini adalah Terdapat Hubungan Antara *Self Esteem* dan Harapan dengan Resiliensi Remaja SMA di Masa Pandemi Covid-19. Selanjutnya, Hipotesis minor dalam penelitian ini yang pertama Ada Hubungan Positif Antara *Self Esteem* dengan Resiliensi Remaja SMA di Masa Pandemi Covid-19. Kedua, Ada Hubungan Positif Antara Harapan dengan Resiliensi Remaja SMA di Masa Pandemi Covid-19. Penelitian ini dapat memberikan manfaat baik dari segi teoritis maupun praktis.

Manfaat dari segi teoritis diharapkan dapat menambah wawasan dan perkembangan ilmu psikologi terkhusus disiplin ilmu psikologi klinis. Selanjutnya untuk manfaat dari segi praktis bagi remaja, memberikan gambaran terkait resiliensi yang dihadapi remaja terutama dimasa pandemi covid-19 saat ini. Bagi sekolah, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada pihak sekolah, agar memberikan pelatihan dan pembinaan pada remaja terkait cara meningkatkan resiliensi disaat pandemi covid-19. Dan untuk peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan juga bisa menjadi rujukan untuk peneliti selanjutnya yang menekankan pada fokus *self esteem*, harapan dengan resiliensi.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif khususnya penelitian korelasi untuk menguji hubungan antara 2 variabel atau lebih. Terdapat dua variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu variabel bebas (*self esteem* dan harapan) dan variabel terikat (resiliensi).

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X dan XI SMA Bhineka Karya 06 Boyolali yang mengikuti pembelajaran daring selama pandemi covid-19 sejumlah 193 siswa. Sampel penelitian yang diambil adalah 69 siswa kelas X dan XI SMA Bhineka Karya 06 Boyolali yang terdiri dari 24 laki-laki dan 45 perempuan dengan rentang usia 15-19 tahun yang mengikuti pembelajaran daring selama pandemi. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. *purposive sampling* merupakan teknik menentukan sampel dengan memilih anggota sampel berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2013). Sampel yang dipilih dalam penelitian ini berdasarkan kriteria yaitu (1) remaja kelas X dan XI SMA Bhineka Karya 06 Boyolali, (2) mengikuti pembelajaran daring selama pandemi covid-19.

Alat yang digunakan untuk mengambil data yaitu skala. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala yang disebarakan melalui *google form*. Skala variabel bebas menggunakan skala *self esteem* yang diukur menggunakan *Rosenberg Self-Esteem Scale* yang diadaptasi dari teori Rosenberg (1965) dan kemudian dimodifikasi oleh peneliti sejumlah 10 item. Skala *Self esteem* terdiri dari aspek *Physical Self Esteem*, *Social Self Esteem*, dan *Performance Self Esteem*. Selanjutnya, skala harapan diukur menggunakan *Hope Scale Adults* yang diadaptasi dari teori Snyder (2002) dan kemudian dimodifikasi oleh peneliti sejumlah 11 item. Skala harapan terdiri dari aspek *Pathway thinking*, dan *Agency thinking*. Skala variabel terikat yang digunakan berupa skala resiliensi yang diukur menggunakan *Resilience Quotient Test (RQ Test)* yang diadaptasi dari teori Reivich & Shatte (2002) dan kemudian dimodifikasi oleh peneliti sejumlah 49 item. Skala resiliensi terdiri dari aspek *emotional regulation*, *impulse control*, *optimism*, *emphaty*, *causal analysis*, *self-efficacy*, dan *reaching out*.

Pengujian validitas menggunakan validitas isi dengan rumus Aiken untuk menghitung koefisien validitas. Aitem tersebut dikatakan valid jika $V \geq 0,80$ dan apabila $V < 0,80$ maka aitem tersebut dinyatakan gugur. Hasil pengujian validitas pada skala *self esteem* diperoleh 10 aitem yang valid dan tidak ditemukan aitem yang gugur dengan nilai koefisien berkisar 0,80 sampai 0,90. Selanjutnya pada skala harapan diperoleh 11 aitem valid dan 1 aitem gugur dengan koefisien

validitas berkisar 0,80 sampai 0,90. Sedangkan pada skala resiliensi diperoleh 49 aitem valid dan 7 aitem gugur dengan koefisien 0,80 sampai 0,90. Reliabilitas yang dipakai pada penelitian ini adalah *Cronbach Alpha*. Nilai koefisien reliabilitas terletak pada rentang 0-1.00. Apabila semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1.00 berarti skala tersebut semakin reliabel. Sebaliknya, koefisien yang semakin rendah mendekati angka nol, berarti semakin rendah tingkat reliabilitasnya (Azwar, 2012). Dalam hal ini melalui program komputer SPSS *for windows* peneliti melakukan uji reliabilitas alat ukur dengan *cronbach alpha*. Dalam penelitian ini untuk variabel *self esteem* memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,708. Kemudian untuk variabel harapan memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,676. dan variabel resiliensi memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,755 dengan begitu skala *self esteem*, skala harapan, dan skala resiliensi dapat dikatakan reliabel.

Analisis data yang digunakan berupa analisis regresi linier berganda dengan menggunakan SPSS *for Windows* 16 untuk uji hipotesis. Analisis linier berganda di gunakan agar mengetahui kuatnya hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat yang jumlahnya lebih dari dua. Penelitian ini menggunakan analisis regresi linier berganda karena terdiri dari dua variabel bebas yaitu *Self Esteem* (X1) dan Harapan (X2) sedangkan variabel terikatnya adalah Resiliensi (Y). Sebelum melakukan uji regresi maka dalam analisis data harus memenuhi beberapa asumsi klasik yang terdiri dari uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas, uji heteroskedastisitas dan uji autokorelasi. Uji asumsi klasik dilakukan untuk melihat apakah data yang digunakan sudah sesuai dan tidak mengalami penyimpangan asumsi klasik.

3.HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji asumsi klasik telah dilakukan dengan uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas, uji heteroskedastisitas, dan uji autokorelasi. Berdasarkan hasil uji asumsi normalitas One Sample Kolmogrov-Smirnov diperoleh signifikasi pada bagian Asymp. Sig. (2-tailed) yang menunjukkan nilai sebesar $p = 0.324$ pada variabel *self esteem* dan $p = 0.636$ pada variabel harapan, dan pada variabel

resiliensi diperoleh signifikansi $p = 0.440$ artinya nilai tersebut ($p > 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa data sebaran variabel self esteem, harapan dan resiliensi terdistribusi normal.

Selanjutnya, hasil uji linearitas data sebaran dinyatakan linear jika mempunyai nilai $p < 0,05$ pada *Linearity* serta mempunyai nilai $p > 0,05$ pada *Deviation from Linearity* dan jika salah satu nilai telah memenuhi, maka data sebaran tersebut dikatakan linear. Hasil uji linearitas pada variabel *self esteem* dengan variabel resiliensi memperoleh nilai sig $p = 0.000$ ($p < 0.05$) pada *Linearity* dan diperoleh sig $p = 0,296$ ($p > 0.05$) pada *Deviation from Linearity*. Hasil uji linearitas pada variabel harapan dengan variabel resiliensi memperoleh nilai sig $p = 0.000$ ($p < 0.05$) pada *Linearity* dan hasil sig $p = 0,282$ ($p > 0.05$) pada *Deviation from Linearity*. Sehingga dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa variabel bebas (*self esteem* dan harapan) dengan variabel tergantung (resiliensi) memiliki hubungan yang linear.

Berdasarkan hasil uji multikolinearitas dapat dilihat bahwa nilai VIF (*Variance Inflation Factor*) pada kedua variabel independent yaitu 1,612 dan nilai tolerance pada kedua variabel independen menunjukkan 0,620 yang berarti hal ini sesuai dengan Pedoman keputusan yang di kemukakan oleh Ghazali (2012) dimana nilai $VIF < 10,00$ dan nilai $Tolerance > 0,10$. Maka dapat disimpulkan bahwa dalam variabel tidak terjadi multikolinieritas.

Menurut Ghazali (2012) tidak terjadi heteroskedastisitas, jika tidak ada pola yang jelas (bergelombang, melebar kemudian menyempit) pada gambar scatterplots, serta titik-titik menyebar di atas dan dibawah angka 0 pada sumbu Y. Berdasarkan gambar scatterplots didapatkan hasil bahwa titik-titik menyebar di atas dan dibawah angka 0 pada sumbu Y dan tidak ada pola yang jelas, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi gejala heteroskedastisitas. Tidak ada autokorelasi, jika nilai Durbin Watson terletak antara du sampai dengan (4-du). Berdasarkan hasil output SPSS menunjukkan nilai du sebesar 1,672 Durbin-Watson sebesar 2,043 dan 4-du sebesar 2,328 yang berarti bahwa tidak ada gejala autokorelasi (Ghozali, 2012).

Diketahui hasil uji regresi linear berganda menggunakan Uji F dilakukan dengan membandingkan nilai F hitung dengan F tabel dan melihat tingkat signifikansi. Syarat dari Uji F yaitu apabila $F_{hitung} > F_{tabel}$ serta $Sig < 0,05$, maka model penelitian dapat digunakan. Berdasarkan hasil output SPSS diketahui nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) serta diketahui $F_{hitung} = 27,267$ yang dimana $F_{tabel} = 3,15$ yang menandakan bahwa $F_{hitung} 27,267 >$ dari $F_{tabel} 3,15$ maka dalam uji F dapat diketahui bahwa *self esteem* (X1) dan harapan (X2) secara simultan atau bersama-sama memiliki hubungan yang signifikan terhadap resiliensi. Berdasarkan hasil output SPSS diketahui nilai korelasi/ hubungan (R) yaitu sebesar 0,673 dan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,452 yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel bebas (*self esteem* dan harapan) terhadap variabel terikat (resiliensi) secara bersama-sama adalah sebesar 45,2%.

Selanjutnya pada variabel *self esteem* dengan resiliensi diperoleh nilai *Pearson Correlation* (r_{xy}) sebesar 0,470 dengan sig, $p = 0.000$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self esteem* dengan resiliensi. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self esteem* maka semakin tinggi pula resiliensi remaja. Sedangkan pada variabel harapan dengan resiliensi diperoleh nilai *Pearson Correlation* (r_{xy}) = 0,669 dengan sig, $p = 0.000$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan positif yang signifikan antara harapan dengan resiliensi. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat harapan yang dimiliki remaja maka semakin tinggi pula resiliensinya, begitupun sebaliknya.

Sumbangan efektif variabel *self esteem* bersama-sama dengan harapan menghasilkan R^2 sebesar 45,2%. Sedangkan sisanya sebanyak 54,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Sumbangan efektif pada variabel *self esteem* terhadap resiliensi memiliki R^2 sebesar 4,4%. Selanjutnya untuk variabel harapan terhadap resiliensi memiliki nilai sumbangan efektif R^2 sebesar 40,9%. Hal ini berarti bahwa pengaruh harapan lebih besar dari pada variabel *self esteem* terhadap resiliensi.

Ketiga variabel memiliki hubungan yang signifikan sehingga remaja yang memiliki *self esteem* dan harapan yang tinggi membuat remaja menjadi pribadi yang resilien selama menghadapi situasi pandemi. Adanya *self esteem* dan

harapan sebagai faktor pembentuk resiliensi. Hal ini dibuktikan bahwa hasil sumbangan efektif *self esteem* bersama-sama dengan harapan terhadap resiliensi sebesar 45,2%.

Berdasarkan hasil analisis data, kategorisasi *self esteem* dibagi menjadi 5 kategori. Hasil kategorisasi *self esteem* dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Kategorisasi *Self Esteem*

Skor Interval	Kategorisasi	Rerata Hipotetik (RH)	Rerata Empirik (RE)	Frekuensi (N)	(Σ Persentase (%))
$10 \leq X < 16$	Sangat Rendah			-	-
$16 \leq X < 22$	Rendah			3	4,3%
$22 \leq X < 28$	Sedang	25		19	27,5%
$28 \leq X < 34$	Tinggi		29,87	33	47,8%
$34 \leq X < 40$	Sangat Tinggi			14	20,3%

Tingkat *self esteem* remaja SMA selama pandemi covid-19 dalam penelitian ini berada dalam kategori tinggi, hal ini dapat dilihat dari skor mean empirik yaitu 29,87 dimana mean empirik > mean hipotetik. Dengan *self esteem* yang tinggi pada remaja maka remaja telah memenuhi aspek-aspek dari *self esteem* berupa *Physical Self Esteem*, *Social Self Esteem*, dan *Performance Self Esteem* (Rosenberg, 1965).

Faktor *self esteem* dalam individu berperan dalam membentuk sikap dan tingkah laku individu dalam berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Saat individu memiliki *self esteem* yang tinggi hal ini akan membantu dan berguna bagi diri individu untuk membentuk sikap penerimaan diri yang positif, rasa optimis, memiliki kepercayaan diri dan memiliki hubungan sosial yang baik dengan lingkungannya. Hal inilah yang dapat membantu remaja SMA menjadi tangguh dan gigih menghadapi perubahan hidup sehingga mampu bertahan selama dalam masa-masa sulit. *Self esteem* menjadi salah satu faktor penting yang mempunyai pengaruh terhadap resiliensi individu, hal ini dikarenakan individu yang *self esteemnya* positif akan mempunyai kepercayaan diri untuk mengatasi kesulitan serta kegagalan dengan baik (Kurniawan et al., 2017).

Berdasarkan hasil analisis data, kategorisasi harapan dibagi menjadi 5 kategori. Hasil kategori harapan dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Kategorisasi Harapan

Skor Interval	Kategorisasi	Rerata Hipotetik (RH)	Rerata Empirik (RE)	Frekuensi (ΣN)	Persentase (%)
$11 \leq X < 17,6$	Sangat Rendah			-	-
$17,6 \leq X < 24,2$	Rendah			2	2,9%
$24,2 \leq X < 30,8$	Sedang	27,5		25	36,2%
$30,8 \leq X < 37,4$	tinggi		32,43	30	43,5%
$37,4 \leq X < 44$	Sangat Tinggi			12	17,4%

Tingkat harapan remaja SMA selama pandemi covid-19 dalam penelitian ini berada dalam kategori tinggi, hal ini dapat dilihat dari skor mean empirik yaitu 32,43 dimana mean empirik > mean hipotetik. Dengan harapan yang tinggi pada remaja maka remaja telah memenuhi aspek-aspek dari harapan yang terdiri dari *Pathway thinking*, dan *Agency thinking* (Snyder & Lopez, 2002).

Individu yang mampu menetapkan tujuan hidup dan memiliki harapan akan masa depan maka individu tersebut dapat mencapai pribadi yang resilien. Ketika remaja SMA memiliki cita-cita, motivasi, dan tujuan hidup yang baik meski disituasi pandemi seperti saat ini, maka remaja akan membangun harapan dalam dirinya. Harapan positif inilah yang nantinya akan membantu remaja SMA untuk terus bergerak maju ke arah yang lebih positif dalam menghadapi masa-masa sulitnya. Harapan akan mendorong individu lebih siap dalam menghadapi situasi sulit sebagai konsekuensi atas tujuan yang telah ditetapkan, sehingga individu menjadi lebih efektif dalam mengatasi stress. Seperti yang diungkapkan Snyder (2002) individu dengan harapan tinggi justru akan menetapkan tujuan yang lebih sulit.

Berdasarkan hasil analisis data, kategorisasi resiliensi dibagi menjadi 5 kategori. Hasil kategorisasi resiliensi dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Kategorisasi Resiliensi

Skor Interval	Kategorisasi	Rerata Hipotetik (RH)	Rerata Empirik (RE)	Frekuensi (ΣN)	Persentase (%)
$49 \leq X < 78,4$	Sangat Rendah			-	-
$78,4 \leq X < 107,8$	Rendah			-	-
$107,8 \leq X < 137,2$	Sedang	122,5	135,45	41	59,4%
$137,2 \leq X < 166,6$	Tinggi			28	40,6%
$166,6 \leq X < 196$	Sangat Tinggi			-	-

Tingkat resiliensi remaja SMA di masa pandemi berada dalam kategori sedang. Hal ini ditunjukkan dari skor mean empirik sebesar 135,45 yang mana mean empirik > mean hipotetik. Meskipun resiliensi remaja SMA berada pada kategori sedang, namun tetap harus menjadi perhatian. Resiliensi remaja SMA perlu ditingkatkan agar remaja tidak hanya optimis dan yakin, namun mereka juga harus tetap bersikap tenang, dapat mengontrol emosi, memiliki empati dengan lingkungan sekitar, memiliki *goals* atau tujuan akhir, dan dapat menyelesaikan masalah dengan baik (Sari et al., 2019). Situasi pandemi ini masih baru dan membuat remaja harus siap dengan segala perubahan yang terjadi mulai dari perubahan sistem pembelajaran, sampai perubahan interaksi sosial yang menjadi terbatas karena adanya kebijakan untuk menjaga jarak.

Remaja yang memiliki resiliensi ialah remaja yang ditandai memiliki kemampuan secara sosial yang positif, dapat memecahkan permasalahan, memiliki kemampuan berpikir kritis, dan dapat mengambil inisiatif serta bangkit dari kesulitan untuk masa depannya (Muliawiharto & Masykur, 2020). Kemampuan resiliensi sangat penting dimiliki seorang remaja hal ini dikarenakan pada usia tersebut terjadi perkembangan dan perubahan dalam diri remaja baik pada aspek sosial, biologis, maupun psikologis yang mana menuntut mereka untuk bisa beradaptasi dengan berbagai masalah (Ambarwati & Pihasnawati, 2017).

Berdasarkan hasil diatas remaja SMA memiliki resiliensi yang sedang sehingga ketika dihadapkan pada tantangan dan kesulitan selama pandemi remaja masih bisa bertahan dan mulai beradaptasi dengan segala kondisi yang terjadi. Remaja yang mampu bangkit kembali dan bisa segera beradaptasi dengan kehidupan pasca mengalami musibah adalah remaja yang memiliki resiliensi (Calista & Garvin, 2018). Dengan adanya resiliensi yang dimiliki oleh remaja dapat membantu remaja meminimalisir dampak dari pandemi dan perubahan yang terjadi seperti stress, kecemasan, depresi, dan kekhawatiran akan masa depan. Remaja dituntut untuk bisa bertahan dengan berbagai kondisi yang terjadi selama pandemi ini, maka peranan *self esteem* dan harapan yang tinggi dibutuhkan untuk membantu pembentukan resiliensi yang tinggi pula pada remaja selama pandemi

covid-19. Seperti yang dikemukakan Sibert (2009), harga diri berfungsi sebagai pelindung yang mengontrol akses ke tingkat ketahanan yang lebih tinggi. Oleh karena itu, semakin seimbang kondisi siswa dan semakin tinggi harga diri mereka, maka semakin tangguh mereka. Dalam periode yang sangat kompetitif dan dinamis, individu mungkin menghadapi peristiwa yang dapat menyebabkan hilangnya harga diri. Orang yang sangat tangguh percaya pada diri mereka sendiri dan memiliki kekuatan batin yang dapat mereka andalkan. Sebagai hasil dari penelitian ini, siswa yang memiliki harga diri yang kuat dan yang seimbang secara emosional dapat dengan mudah beradaptasi dan dapat berkembang di lingkungan baru (Balgiu, 2017).

Begitupun dengan harapan, harapan tinggi yang dimiliki seseorang dapat membantu dirinya untuk melewati masa-masa sulit sehingga individu tersebut memiliki resiliensi yang baik (Zhong & Xiao, 2021). Dari hasil penelitian ini diketahui bahwa pengaruh faktor harapan lebih besar dari pada faktor *self esteem* terhadap resiliensi.

Dengan demikian resiliensi sangat diperlukan remaja SMA untuk bisa bertahan dan beradaptasi dengan berbagai permasalahan yang terjadi selama pandemi, dan menjadikan remaja memiliki semangat untuk bangkit dari keterpurukan.

4.PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *self esteem* dan harapan dengan resiliensi remaja SMA di masa pandemi covid-19. Tingkat *self esteem* dan harapan remaja SMA dimasa pandemi tergolong dalam kategori tinggi dan resiliensi remaja berada pada kategori sedang. Selain itu terdapat hubungan positif dan signifikan antara *self esteem* dengan resiliensi remaja SMA di masa pandemi yang mana jika semakin tinggi *self esteem* maka resiliensi remaja akan semakin tinggi pula, begitupun sebaliknya. Dalam penelitian ini juga terdapat hubungan positif dan signifikan antara harapan dengan resiliensi remaja SMA yang memiliki makna apabila semakin tinggi harapan seorang remaja maka akan semakin tinggi juga resiliensinya.

Peneliti memberikan saran diantaranya : (1) Bagi remaja diharapkan untuk tetap meningkatkan *self esteem* dan harapan dalam diri, dengan mencoba untuk lebih mengenali diri sendiri, fokus mengembangkan kelebihan yang dimiliki dan melakukan aktivitas positif seperti mengikuti pelatihan tentang pengembangan diri, *self love*, dan mencoba untuk tidak membanding-bandingkan diri dengan orang lain. Selain itu, remaja juga diharapkan dapat memiliki motivasi dan semangat juang yang tinggi untuk menggapai cita-cita di masa depan meski dalam situasi pandemi. (2) Bagi sekolah diharapkan dapat mengembangkan program/kegiatan yang difokuskan pada peningkatan harapan dan juga *self esteem* seperti mengadakan webinar atau pelatihan-pelatihan sederhana yang mengangkat topik tentang harapan untuk meningkatkan resiliensi remaja SMA selama pandemi. (3) Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menekankan fokus tentang *self esteem* dan harapan dengan resiliensi remaja serta meneliti faktor lain yang berhubungan dengan resiliensi remaja seperti faktor lingkungan, dan religiusitas guna pengembangan ilmu dalam psikologi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, R., & Pihasniwati. (2017). Dinamika Resiliensi Remaja yang Pernah Mengalami Kekerasan Orang Tua. *Psikologika*, 22(1), 14–39. <https://doi.org/https://doi.org/10.20885/psikologika.vol22.iss1.art4>
- Aza, I. N., Atmoko, A., & Hitipeuw, I. (2019). Kontribusi Dukungan Sosial , Self-Esteem , dan Resiliensi terhadap Stres Akademik Siswa SMA. *Jurnal Pendidikan*, 4(4), 491–498. <http://journal.um.ac.id/index.php/jptpp/article/view/12285>
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi edisi 2*. Pustaka Pelajar
- Balgiu, B. A. (2017). Self-esteem, Personality and Resilience. Study of a Students Emerging Adults Group. *Journal of Educational Sciences and Psychology*, VII(1), 93–99.
- Calista, D., & Garvin, G. (2018). Sumber-Sumber Resiliensi pada Remaja Akhir yang Mengalami Kekerasan dari Orangtua pada Masa Kanak-Kanak. *Psibernetika*, 11(1). <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v11i1.1161>
- Cathlin, C. A., Anggreany, Y., & Dewi, W. P. (2019). Pengaruh Harapan terhadap Resiliensi Wanita Dewasa Muda yang Pernah Mengalami Abortus Spontan.

- Jurnal Psikologi Ulayat*, 6(1), 1–13. <https://doi.org/10.24854/jpu02019-106>
- Ghozali, I. (2012). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS*. Universitas Diponegoro
- Grotberg, E. (1995). *A Guide to Promoting Resilience in Children : Strengthening the Human Spirit* (Issue 8). Bernard van Leer Foundation. <https://bibalex.org/baifa/attachment/documents/115519.pdf>
- Hidayat, R. (2020). *Stres, Burnout, Jenuh: Problem Siswa Belajar Daring Selama Covid-19*. Tirto.Id. <https://tirto.id/stres-burnout-jenuh-problem-siswa-belajar-daring-selama-covid-19-f3ZZ>
- Kurniawan, B., Neviyarni, N., & Solfema, S. (2017). The Relationship Between Self-Esteem and Resilience of Adolescents Who Living in Orphanages. *International Journal of Research in Counseling and Education*, 1(1), 47–52. <https://doi.org/10.24036/0054za0002>
- Marchini, S., Zaurino, E., Bouziotis, J., Brondino, N., Delvenne, V., & Delhay, M. (2020). Study of Resilience and Loneliness in Youth (18–25 Years Old) During the COVID-19 Pandemic Lockdown Measures. *Journal of Community Psychology*, October, 1–13. <https://doi.org/10.1002/jcop.22473>
- Mashabi, S. (2021). *KPAI: Angka Putus Sekolah pada Masa Pandemi Covid-19 Cukup Tinggi*. Kompas.Com. <https://nasional.kompas.com/read/2021/03/06/12561341/kpai-angka-putus-sekolah-pada-masa-pandemi-covid-19-cukup-tinggi>
- Minev, M., Petrova, B., Mineva, K., Petkova, M., & Strebkova, R. (2018). Self Esteem In Adolescents. *Trakia Journal of Sciences*, 16(2), 114–118. <https://doi.org/10.15547/tjs.2018.02.007>
- Nofryani, S., Novianti, R., & Chairilisyah, D. (2019). Hubungan Self Esteem dengan Resiliensi pada Anak Jalanan di Kecamatan Payung Sekaki Kota Pekanbaru. *Jurnal Online Mahasiswa FKIP*, 6(1), 1-13
- Pragholapati, A., & Munawaroh, F. (2020). Resiliensi pada Lansia. *Jurnal Surya Muda*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.38102/jsm.v2i1.55>
- Purwanto, A., Pramono, R., Asbari, M., Santoso, P. B., Wijayanti, L. M., Choi, C. H., & Putri, R. S. (2020). Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling*, 2(1), 1–12. <https://ummaspul.e-journal.id/Edupsyscouns/article/view/397>
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor : 7 Keys to Finding Your Inner Strength and Overcoming Life's Hurdles*. Broadway Books. <https://id.b-ok.asia/book/5914648/88682d>

- Rizkina, S. (2018). Pengaruh Dukungan Sosial dan Harapan terhadap Resiliensi Anak Didik Lapas Kelas IIA SAlemba. *Jurnal Raudhah*, 06(02), 1–15. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30829/raudhah.v6i2.283>.
- Rofingah, N., Jamil, M. F., & Maulida, N. N. (2016). Hubungan Antara Self Concept dan Hope pada Pemuda Desa Wajak Dampit Sumawe Malang Jawa Timur. *Jurnal Psikoislamika : Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 13(1), 65–71. <https://doi.org/https://doi.org/10.18860/psi.v13i1.6411>
- Rosenberg, M. (1965). Society and The Adolescent Self-Image. In *Society and the Adolescent Self-Image*. <https://doi.org/10.2307/2575639>
- Sari, S. P., Aryansah, J. E., & Sari, K. (2019). Resiliensi Mahasiswa dalam Menghadapi Pandemi Covid 19 dan Implikasinya terhadap Proses Pembelajaran. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling : Theory and Application*, 9(1), 17–22. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/ijgc.v9i1.38674>
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2002). The Oxford Handbook of Positive Psychology, (2 Ed.). In *The Oxford Handbook of Positive Psychology*, (2 Ed.). <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195187243.001.0001>
- Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (19th ed., Vol. 53, Issue 9). Alfabeta.
- WHO. (2020). Pesan dan Kegiatan Utama Pencegahan dan Pengendalian COVID-19 di Sekolah. In *Unicef* (Vol. 1). lbender@unicef.org
- Zhong, G., & Xiao, C. (2021). Hope Levels and Resilience in Patients with Severe Novel Coronavirus Pneumonia : The Current Situation and a Correlation Analysis. *International Journal of General Medicine*, 1959–1965. <https://doi.org/https://doi.org/10.2147/IJGM.S301128>
- Zhou, S. J., Zhang, L. G., Wang, L. L., Guo, Z. C., Wang, J. Q., Chen, J. C., Liu, M., Chen, X., & Chen, J. X. (2020). Prevalence and Socio-Demographic Correlates of Psychological Health Problems in Chinese Adolescents During the Outbreak of COVID-19. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 29(6), 749–758. <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01541-4>